

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
КАФЕДРА СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ДИСЦИПЛИН

Рабочая программа дисциплины (модуля)
ТЕОРИЯ, МЕТОДИКА И ПРАКТИКА БАЗОВЫХ ВИДОВ СПОРТА (БАСКЕТБОЛ)

Направление и направленность (профиль)
44.03.01 Педагогическое образование. Физическая культура

Год набора на ОПОП
2022

Форма обучения
очная

Владивосток 2025

Рабочая программа дисциплины (модуля) «Теория, методика и практика базовых видов спорта (Баскетбол)» составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование (утв. приказом Минобрнауки России от 22.02.2018г. №121) и Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры (утв. приказом Минобрнауки России от 06.04.2021 г. N245).

Составитель(и):

Степанов Г.В., старший преподаватель, Кафедра спортивно-педагогических дисциплин, Stepanov.GV@vvsu.ru

Утверждена на заседании кафедры спортивно-педагогических дисциплин от 21.05.2025 , протокол № 5

СОГЛАСОВАНО:

Заведующий кафедрой (разработчика)

Барабаш О.А.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ	
Сертификат	1575558447
Номер транзакции	0000000000E850E6
Владелец	Барабаш О.А.

1 Цель, планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)

Цель: сформировать у студентов профессионально значимые компетенции, связанные с освоением техники и методики преподавания базовых видов спорта в соответствии с требованиями ФГОС.

Задачи:

1. формирование знаний, основ, теории и методики базовых видов спорта (Баскетбол);
2. формирование умений проводить практические занятия по базовым видам спорта (Баскетбол);
3. формирование навыков оценивания, результативности занятий по базовым видам спорта (Баскетбол).

Планируемыми результатами обучения по дисциплине (модулю), являются знания, умения, навыки. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы, представлен в таблице 1.

Таблица 1 – Компетенции, формируемые в результате изучения дисциплины (модуля)

Название ОПОП ВО, сокращенное	Код и формулировка компетенции	Код и формулировка индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине		
			Код результата	Формулировка результата	
44.03.01 «Педагогическое образование» (Б-ПО)	ПКР-2 : Способен осуществлять целенаправленную воспитательную деятельность	ПКР-2.2п : Демонстрирует способы организации и оценки различных видов внеурочной деятельности ребенка (учебной, игровой, трудовой, спортивной, художественной и т.д.), методы и формы организации коллективных творческих дел, экскурсий, походов, экспедиций и других мероприятий (по выбору)	РД1	Умение	Умеет спланировать, организовать и оценить внеурочную деятельность учащихся при реализации физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий

В процессе освоения дисциплины решаются задачи воспитания гармонично развитой, патриотичной и социально ответственной личности на основе традиционных российских духовно-нравственных и культурно-исторических ценностей, представленные в таблице 1.2.

Таблица 1.2 – Целевые ориентиры воспитания

Воспитательные задачи	Формирование ценностей	Целевые ориентиры
Формирование гражданской позиции и патриотизма		
Развитие патриотизма и гражданской ответственности	Патриотизм Гражданственность	Ответственность Любовь к стране
Формирование духовно-нравственных ценностей		
Воспитание нравственности, милосердия и сострадания	Взаимопомощь и взаимоуважение	Гуманность
Формирование научного мировоззрения и культуры мышления		
Формирование культуры интеллектуального труда и научной этики	Созидательный труд	Трудолюбие
Формирование коммуникативных навыков и культуры общения		
Развитие умения эффективно общаться и сотрудничать	Коллективизм	Коммуникабельность

2 Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП

Дисциплина "Теория и методика базовых видов спорта (баскетбол)" в структуре ОПОП относится к Блоку1 Дисциплины (модули). Обязательная часть

3. Объем дисциплины (модуля)

Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу с обучающимися (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу, приведен в таблице 2.

Таблица 2 – Общая трудоемкость дисциплины

Название ОПОП ВО	Форма обуче- ния	Часть УП	Семестр (ОФО) или курс (ЗФО, ОЗФО)	Трудо- емкость	Объем контактной работы (час)						СРС	Форма аттес- тации
				(З.Е.)	Всего	Аудиторная			Внеауди- торная			
						лек.	прак.	лаб.	ПА	КСР		
44.03.01 Педагогическое образование	ОФО	Б1.Б.Ж	3	5	73	18	54	0	1	0	107	Э

4 Структура и содержание дисциплины (модуля)

4.1 Структура дисциплины (модуля) для ОФО

Тематический план, отражающий содержание дисциплины (перечень разделов и тем), структурированное по видам учебных занятий с указанием их объемов в соответствии с учебным планом, приведен в таблице 3.1

Таблица 3.1 – Разделы дисциплины (модуля), виды учебной деятельности и формы текущего контроля для ОФО

№	Название темы	Код результата обучения	Кол-во часов, отведенное на				Форма текущего контроля
			Лек	Практ	Лаб	СРС	
1	Сущность игры и краткие сведения о её развитии	РД1	2	4	0	8	Собеседование
2	Характеристика игры в баскетбол	РД1	2	4	0	9	Собеседование
3	Классификация техники игры	РД1	2	4	0	9	Собеседование
4	Основные способы передвижения в нападении	РД1	1	5	0	9	Собеседование
5	Техника владения мячом. Классификация приемов техники ловли и способов передачи мяча.	РД1	1	5	0	9	Собеседование
6	Техника владения мячом. Классификация приемов техники ведения и бросков мяча в корзину.	РД1	1	5	0	9	Собеседование
7	Основные способы передвижения в защите. Приемы противодействия и овладения мячом.	РД1	1	5	0	9	Собеседование
8	Основы стратегии и тактики игры в баскетбол	РД1	2	4	0	9	Собеседование
9	Обучение тактическим действиям в нападении	РД1	2	5	0	9	Собеседование
10	Обучение тактическим действиям в защите	РД1	2	5	0	9	Собеседование
11	Основные правила ведения протокола	РД1	1	4	0	9	Собеседование
12	Способы проведения соревнований	РД1	1	4	0	9	Собеседование
Итого по таблице			18	54	0	107	

4.2 Содержание разделов и тем дисциплины (модуля) для ОФО

Тема 1 Сущность игры и краткие сведения о её развитии.

Содержание темы: История баскетбола, развитие спорта и международная организация ФИБА. Важные вехи в истории развития баскетбола, включая успехи Советского Союза и исторические победы на Олимпийских играх.

Формы и методы проведения занятий по теме, применяемые образовательные технологии: Лекционные и практические занятия.

Виды самостоятельной подготовки студентов по теме: Самостоятельная работа.

Тема 2 Характеристика игры в баскетбол.

Содержание темы: Основные характеристики баскетбола: цели игры, правила, размеры площадки и мяча. Особенности игры, включая продолжительность матчей, требования к выносливости и технике игроков, а также разделение игроков по позициям.

Формы и методы проведения занятий по теме, применяемые образовательные технологии: Лекционные и практические занятия.

Виды самостоятельной подготовки студентов по теме: Самостоятельная работа.

Тема 3 Классификация техники игры.

Содержание темы: Классификация технических приёмов баскетбола по их назначению (атака или защита), содержанию (с мячом или без мяча) и кинематической

структуре. Разделение на технику нападения и защиты, включая различные способы выполнения приёмов.

Формы и методы проведения занятий по теме, применяемые образовательные технологии: Лекционные и практические занятия.

Виды самостоятельной подготовки студентов по теме: Самостоятельная работа.

Тема 4 Основные способы передвижения в нападении.

Содержание темы: Передвижение, как основа техники баскетбола. Разнообразие способов передвижения, включая ходьбу, бег, прыжки, остановки и повороты. Задачи передвижения в атаке: создание позиций, освобождение от опеки и подготовка к атакующим действиям.

Формы и методы проведения занятий по теме, применяемые образовательные технологии: Лекционные и практические занятия.

Виды самостоятельной подготовки студентов по теме: Самостоятельная работа.

Тема 5 Техника владения мячом. Классификация приемов техники ловли и способов передачи мяча.

Содержание темы: Ловля мяча, как базовый приём в баскетболе, особенности выполнения ловли мяча. Передача мяча: основные виды и их применение в разных игровых ситуациях, включая скрытые передачи и использование разных техник.

Формы и методы проведения занятий по теме, применяемые образовательные технологии: Лекционные и практические занятия.

Виды самостоятельной подготовки студентов по теме: Самостоятельная работа.

Тема 6 Техника владения мячом. Классификация приемов техники ведения и бросков мяча в корзину.

Содержание темы: Ведение мяча как основное средство перемещения по площадке. Броски в корзину: различные виды бросков, их техника и использование в зависимости от игровой ситуации.

Формы и методы проведения занятий по теме, применяемые образовательные технологии: Лекционные и практические занятия.

Виды самостоятельной подготовки студентов по теме: Самостоятельная работа.

Тема 7 Основные способы передвижения в защите. Приемы противодействия и овладения мячом.

Содержание темы: Защитное передвижение: основные стойки и передвижения в зависимости от ситуации. Приёмы овладения мячом в защите, такие как перехваты, выбивание мяча, накрытие бросков. Важность быстроты, концентрации и интеллектуальной подготовки защитников.

Формы и методы проведения занятий по теме, применяемые образовательные технологии: Лекционные и практические занятия.

Виды самостоятельной подготовки студентов по теме: Самостоятельная работа.

Тема 8 Основы стратегии и тактики игры в баскетбол.

Содержание темы: Стратегия и тактика в баскетболе: различия между ними, их влияние на подготовку и организацию игры. Тактические действия: индивидуальные, групповые и командные. Роль каждого амплуа (защитник, форвард, центровый) в стратегии и тактике команды.

Формы и методы проведения занятий по теме, применяемые образовательные технологии: Лекционные и практические занятия.

Виды самостоятельной подготовки студентов по теме: Самостоятельная работа.

Тема 9 Обучение тактическим действиям в нападении.

Содержание темы: Этапы обучения тактическим действиям в нападении: индивидуальные действия, групповое взаимодействие, командные комбинации. Применение различных игровых техник для достижения командных целей.

Формы и методы проведения занятий по теме, применяемые образовательные технологии: Лекционные и практические занятия.

Виды самостоятельной подготовки студентов по теме: Самостоятельная работа.

Тема 10 Обучение тактическим действиям в защите.

Содержание темы: Обучение защитным действиям: индивидуальные и групповые навыки защиты. Важность быстрого переключения между задачами, правильного позиционирования и работы в команде для эффективного предотвращения атак.

Формы и методы проведения занятий по теме, применяемые образовательные технологии: Лекционные и практические занятия.

Виды самостоятельной подготовки студентов по теме: Самостоятельная работа.

Тема 11 Основные правила ведения протокола.

Содержание темы: Правила ведения протокола на соревнованиях по баскетболу: структура протокола, подготовка до игры, фиксация замен, фолов, тайм-аутов и результативных действий. Подведение итогов и обязанности секретаря.

Формы и методы проведения занятий по теме, применяемые образовательные технологии: Лекционные и практические занятия.

Виды самостоятельной подготовки студентов по теме: Самостоятельная работа.

Тема 12 Способы проведения соревнований.

Содержание темы: Три основных способа проведения соревнований по баскетболу: круговой, с выбыванием, смешанный. Разновидности каждого способа, выбор метода в зависимости от условий и целей турнира. Организация соревнований и подведение итогов.

Формы и методы проведения занятий по теме, применяемые образовательные технологии: Лекционные и практические занятия.

Виды самостоятельной подготовки студентов по теме: Самостоятельная работа.

5 Методические указания для обучающихся по изучению и реализации дисциплины (модуля)

5.1 Методические рекомендации обучающимся по изучению дисциплины и по обеспечению самостоятельной работы

5.2 Особенности организации обучения для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов

При необходимости обучающимся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов (по заявлению обучающегося) предоставляется учебная информация в доступных формах с учетом их индивидуальных психофизических особенностей:

- для лиц с нарушениями зрения: в печатной форме увеличенным шрифтом; в форме электронного документа; индивидуальные консультации с привлечением тифлосурдопереводчика; индивидуальные задания, консультации и др.

- для лиц с нарушениями слуха: в печатной форме; в форме электронного документа; индивидуальные консультации с привлечением сурдопереводчика; индивидуальные задания, консультации и др.

- для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата: в печатной форме; в форме электронного документа; индивидуальные задания, консультации и др.

6 Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

В соответствии с требованиями ФГОС ВО для аттестации обучающихся на соответствие их персональных достижений планируемым результатам обучения по дисциплине (модулю) созданы фонды оценочных средств. Типовые контрольные задания, методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений и навыков, а также критерии и показатели, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и характеризующие этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы, представлены в Приложении 1.

7 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)

7.1 Основная литература

1. Миногина, Е. В. Спортивные игры: баскетбол, стритбол (баскетбол 3 на 3) : учебно-методическое пособие / Е. В. Миногина, И. С. Мисюк, В. В. Прокопив. — Оренбург : ОГПУ, 2022. — 108 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/239612> (дата обращения: 09.09.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

2. Сидоров, Д. Г. Технические приемы владения мячом в баскетболе : учебно-методическое пособие / Д. Г. Сидоров, А. В. Погодин, В. М. Щукин. — Нижний Новгород : ННГАСУ, 2022. — 60 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/259850> (дата обращения: 09.09.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

7.2 Дополнительная литература

1. Дмитриев, Ф. Б. Методические рекомендации и практические советы для судьи-секретаря по баскетболу : методические рекомендации / Ф. Б. Дмитриев, Г. И. Кунявский, М. Д. Соболев, ответственный редактор Ф. Б. Дмитриев. — Воронеж : ВГАС, 2023. — 53 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/394322> (дата обращения: 09.09.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

2. Ермаков, Н. А. Спортивные игры: организация соревнований и правила судейства (баскетбол, волейбол, гандбол, футбол, хоккей с мячом, настольный теннис) : учебно-методическое пособие / Н. А. Ермаков, С. С. Сидоров. — Горно-Алтайск : ГАГУ, 2022. — 186 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/271088> (дата обращения: 09.09.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

3. Зверева, Е. Л. Техника владения мячом в баскетболе. Методика начального обучения : учебное пособие / Е. Л. Зверева, А. А. Разворотнев. — Воронеж : ВГАС, 2022. — 23 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/310364> (дата обращения: 09.09.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

4. Изосимова А. В., Чинкин С. С., Миндубаев А. М., Харисова Ч. А., Вахитов И. Х. Методика преподавания баскетбола в ВУЗе : Учебные пособия [Электронный ресурс] : Казанская государственная академия ветеринарной медицины им. Н.Э. Баумана , 2020 - 126 - Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/156775>

7.3 Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", включая профессиональные базы данных и информационно-справочные системы (при необходимости):

1. Электронно-библиотечная система "ЛАНЬ"
2. Электронно-библиотечная система "Лань" - Режим доступа: <https://e.lanbook.com/>
3. Open Academic Journals Index (ОАИ). Профессиональная база данных - Режим доступа: <http://oaji.net/>
4. Президентская библиотека им. Б.Н.Ельцина (база данных различных профессиональных областей) - Режим доступа: <https://www.prilib.ru/>
5. Информационно-справочная система "Консультант Плюс" - Режим доступа: <http://www.consultant.ru/>

8 Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля) и перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения

Основное оборудование:

- Физкультурное оборудование

Программное обеспечение:

- □ ABBYY Fine Reader 11 Professional Edition
- □ Microsoft Office Professional Plus 2010 Russian
- □ Microsoft Windows 8.1 Professional Upgrade Russian
- □ КонсультантПлюс

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
КАФЕДРА СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ДИСЦИПЛИН

Фонд оценочных средств
для проведения текущего контроля
и промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)

ТЕОРИЯ, МЕТОДИКА И ПРАКТИКА БАЗОВЫХ ВИДОВ СПОРТА (БАСКЕТБОЛ)

Направление и направленность (профиль)
44.03.01 Педагогическое образование. Физическая культура

Год набора на ОПОП
2022

Форма обучения
очная

Владивосток 2025

1 Перечень формируемых компетенций

Название ОПОП ВО, сокращенное	Код и формулировка компетенции	Код и формулировка индикатора достижения компетенции
44.03.01 «Педагогическое образование» (Б-ПО)	ПКР-2 : Способен осуществлять целенаправленную воспитательную деятельность	ПКР-2.2п : Демонстрирует способы организации и оценки различных видов внеурочной деятельности ребенка (учебной, игровой, трудовой, спортивной, художественной и т.д.), методы и формы организации коллективных творческих дел, экскурсий, походов, экспедиций и других мероприятий (по выбору)

Компетенция считается сформированной на данном этапе в случае, если полученные результаты обучения по дисциплине оценены положительно (диапазон критериев оценивания результатов обучения «зачтено», «удовлетворительно», «хорошо», «отлично»). В случае отсутствия положительной оценки компетенция на данном этапе считается несформированной.

2 Показатели оценивания планируемых результатов обучения

Компетенция ПКР-2 «Способен осуществлять целенаправленную воспитательную деятельность»

Таблица 2.1 – Критерии оценки индикаторов достижения компетенции

Код и формулировка индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине			Критерии оценивания результатов обучения
	Код	Тип	Результат	
ПКР-2.2п : Демонстрирует способы организации и оценки различных видов внеурочной деятельности ребенка (учебной, игровой, трудовой, спортивной, художественной и т.д.), методы и формы организации коллективных творческих дел, экскурсий, походов, экспедиций и других мероприятий (по выбору)	РД 1	Умение	Умеет спланировать, организовать и оценить внеурочную деятельность учащихся при реализации физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий	Проводит Дни Здоровья, Спортивные праздники и конкурсы, туристические походы, готовит команды школьников для участия в соревнованиях; разрабатывает положения и протоколы соревновательной и конкурсной деятельности обучающихся

Таблица заполняется в соответствии с разделом 1 Рабочей программы дисциплины (модуля).

3 Перечень оценочных средств

Таблица 3 – Перечень оценочных средств по дисциплине (модулю)

Контролируемые планируемые результаты обучения	Контролируемые темы дисциплины	Наименование оценочного средства и представление его в ФОС	
		Текущий контроль	Промежуточная аттестация

Очная форма обучения				
РД1	Умение : Умеет спланировать, организовать и оценить внеурочную деятельность учащихся при реализации физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий	1.1. Сущность игры и краткие сведения о её развитии	Разноуровневые задачи и задания	Зачёт в форме теста
			Разноуровневые задачи и задания	Список вопросов
			Собеседование	Зачёт в форме теста
			Собеседование	Список вопросов
		1.2. Характеристика игры в баскетбол	Разноуровневые задачи и задания	Зачёт в форме теста
			Разноуровневые задачи и задания	Список вопросов
			Собеседование	Зачёт в форме теста
			Собеседование	Список вопросов
		1.3. Классификация техники игры	Разноуровневые задачи и задания	Зачёт в форме теста
			Разноуровневые задачи и задания	Список вопросов
			Собеседование	Зачёт в форме теста
			Собеседование	Список вопросов
		1.4. Основные способы передвижения в нападении	Разноуровневые задачи и задания	Зачёт в форме теста
			Разноуровневые задачи и задания	Список вопросов
			Собеседование	Зачёт в форме теста
			Собеседование	Список вопросов
		1.5. Техника владения мячом. Классификация приемов техники ловли и способов передачи мяча.	Разноуровневые задачи и задания	Зачёт в форме теста
			Разноуровневые задачи и задания	Список вопросов
			Собеседование	Зачёт в форме теста
			Собеседование	Список вопросов
		1.6. Техника владения мячом. Классификация приемов техники ведения и бросков мяча в корзину.	Разноуровневые задачи и задания	Зачёт в форме теста
			Разноуровневые задачи и задания	Список вопросов
			Собеседование	Зачёт в форме теста

			Собеседование	Список вопросов
		1.7. Основные способы передвижения в защите. Приемы противодействия и овладения мячом.	Разноуровневые задачи и задания	Зачёт в форме теста
			Разноуровневые задачи и задания	Список вопросов
			Собеседование	Зачёт в форме теста
			Собеседование	Список вопросов
		1.8. Основы стратегии и тактики игры в баскетбол	Разноуровневые задачи и задания	Зачёт в форме теста
			Разноуровневые задачи и задания	Список вопросов
			Собеседование	Зачёт в форме теста
			Собеседование	Список вопросов
		1.9. Обучение тактическим действиям в нападении	Разноуровневые задачи и задания	Зачёт в форме теста
			Разноуровневые задачи и задания	Список вопросов
			Собеседование	Зачёт в форме теста
			Собеседование	Список вопросов
		1.10. Обучение тактическим действиям в защите	Разноуровневые задачи и задания	Зачёт в форме теста
			Разноуровневые задачи и задания	Список вопросов
			Собеседование	Зачёт в форме теста
			Собеседование	Список вопросов
		1.11. Основные правила ведения протокола	Разноуровневые задачи и задания	Зачёт в форме теста
			Разноуровневые задачи и задания	Список вопросов
			Собеседование	Зачёт в форме теста
			Собеседование	Список вопросов
		1.12. Способы проведения соревнований	Разноуровневые задачи и задания	Зачёт в форме теста
			Разноуровневые задачи и задания	Список вопросов
			Собеседование	Зачёт в форме теста

			Собеседование	Список вопросов
--	--	--	---------------	-----------------

4 Описание процедуры оценивания

Качество сформированности компетенций на данном этапе оценивается по результатам текущих и промежуточных аттестаций при помощи количественной оценки, выраженной в баллах. Максимальная сумма баллов по дисциплине (модулю) равна 100 баллам.

Качество сформированности компетенций на данном этапе оценивается по результатам текущих и промежуточных аттестаций при помощи количественной оценки, выраженной в баллах. Максимальная сумма баллов по дисциплине (модулю) равна 100 баллам.

Распределение баллов по видам учебной деятельности

Вид учебной деятельности	Собеседование № 1-№2 (по 10 баллов за каждую)	Разноразрядные задачи и задания №1-№4	Разноразрядные задачи и задания (практическое занятие)	Список вопросов	Итого
Лекции	20	20			40
Практические занятия			20		20
Самостоятельная работа				20	20
Промежуточная аттестация				20	20
Итого	20	20	20	40	100

Сумма баллов, набранных студентом по всем видам учебной деятельности в рамках дисциплины, переводится в оценку в соответствии с таблицей.

Сумма баллов по дисциплине	Оценка по промежуточной аттестации	Характеристика качества сформированности компетенции
от 91 до 100	«зачтено» / «отлично»	Студент демонстрирует сформированность дисциплинарных компетенций, обладает всестороннее, систематическое и глубокое знание учебного материала, усвоил основную литературу и знаком с дополнительной литературой, рекомендованной программой, умеет свободно выполнять практические задания, предусмотренные программой, свободно оперирует приобретенными знаниями, умениями, применяет их в ситуациях повышенной сложности.
от 76 до 90	«зачтено» / «хорошо»	Студент демонстрирует сформированность дисциплинарных компетенций: основные знания, умения освоены, но допускаются незначительные ошибки, неточности, затруднения при аналитических операциях, переносе знаний и умений на новые, нестандартные ситуации.
от 61 до 75	«зачтено» / «удовлетворительно»	Студент демонстрирует сформированность дисциплинарных компетенций: в ходе контрольных мероприятий допускаются значительные ошибки, проявляется отсутствие отдельных знаний, умений, навыков по некоторым дисциплинарным компетенциям, студент испытывает значительные затруднения при оперировании знаниями и умениями при их переносе на новые ситуации.
от 41 до 60	«не зачтено» / «неудовлетворительно»	У студента не сформированы дисциплинарные компетенции, проявляется недостаточность знаний, умений, навыков.
от 0 до 40	«не зачтено» / «неудовлетворительно»	Дисциплинарные компетенции не сформированы. Проявляется полное или практически полное отсутствие знаний, умений, навыков.

5 Примерные оценочные средства

5.1 собеседование

Примерные вопросы для проведения собеседования:

1. Сущность игры и краткие сведения о её развитии.

1. Назовите основные этапы истории баскетбола.
2. Проанализируйте развитие игры в связи с изменением правил.

2. Характеристика игры в баскетбол.

1. В чем заключается цель и суть игры в баскетбол?
2. Охарактеризуйте амплуа игроков и их функциональные обязанности.

3. Классификация техники игры.

1. По каким критериям классифицируются технические приёмы в баскетболе?
2. Назовите примеры приёмов техники и их разновидности.

4. Основные способы передвижения в нападении.

1. Какие виды передвижения применяются в атакующих действиях?
2. Объясните, как передвижения помогают создать свободное пространство для атаки.

5. Техника владения мячом. Классификация приемов техники ловли и способов передачи мяча.

1. Какие способы ловли мяча применяются в баскетболе?
2. Как выбор способа передачи зависит от ситуации на площадке?

6. Техника владения мячом. Классификация приемов техники ведения и бросков мяча в корзину.

1. В чем заключается техника ведения мяча и её особенности?
2. Назовите основные виды бросков по корзине.

7. Основные способы передвижения в защите. Приемы противодействия и овладения мячом.

1. Назовите основные способы передвижения в защите.
2. Какие приёмы применяются для овладения мячом у соперника?

8. Основы стратегии и тактики игры в баскетбол.

1. В чем различие между стратегией и тактикой игры в баскетбол?
2. Назовите примеры индивидуальных, групповых и командных тактических действий.

9. Обучение тактическим действиям в нападении.

1. Какие этапы включает обучение тактическим действиям в нападении?
2. В чем заключается роль упражнений в парах и тройках?

10. Обучение тактическим действиям в защите.

1. С чего начинается обучение защитным действиям в баскетболе?
2. Назовите особенности обучения зонной защиты и прессинга.

11. Основные правила ведения протокола.

1. Из каких разделов состоит протокол баскетбольного матча?
2. Какие действия фиксируются в ходе игры?

12. Способы проведения соревнований.

1. Какие существуют способы проведения соревнований по баскетболу?
2. В чем особенности круговой и турнирной систем?

Краткие методические указания

Для того, чтоб успешно пройти собеседование по основным вопросам дисциплины (темы) студенту необходимо изучить материалы лекций, ознакомиться с содержанием рекомендуемой литературы, составить краткие тезисы по ключевым вопросам пройденных тем, составить план изложения предложенных для собеседования вопросов.

Сама процедура собеседования предполагает следующий алгоритм действий:

- студент выбирает билет, в котором два вопроса из предложенного выше списка;
- самостоятельно готовит устные ответы (письменный краткий план ответа – обязателен).
- по каждому вопросу составляет «живой» пример педагогическую ситуацию, где бы решался ключевой аспект вопроса;
- после 20-25 мин подготовки проходит собеседование с преподавателем.

Шкала оценки

№	Баллы	Описание
5	19 - 20	выставляется студенту, если студент всесторонне раскрыл тему
4	16 - 18	выставляется студенту, если студент в целом раскрыл тему, но в ответах допустил незначительные неточности
3	13 - 15	выставляется студенту, если студент неполно раскрыл тему
2	9 - 12	выставляется студенту, если студент плохо осветил тему
1	0 - 8	выставляется студенту, если студент не раскрыл тему

5.2 Пример разноуровневых задач и заданий

Примерные вопросы для разноуровневых задач и заданий

1. Задание закрытого типа на установление соответствия

Прочитайте текст и установите соответствие.

Баскетбол как спортивная игра имеет богатую историю, множество правил и организационных особенностей. Ниже представлены ключевые элементы, связанные с развитием и распространением баскетбола. Установите соответствие между событиями (левый столбец) и их характеристиками или значениями (правый столбец).

А	Создание баскетбола Джеймсом Нейсмитом
Б	Основание Международной федерации баскетбола
В	Первое всесоюзное первенство по баскетболу
Г	Победа сборной СССР на Олимпиаде 1972 года
Д	Вступление СССР в ФИБА

Характеристика:

1. Историческое соревнование в Мюнхене, завершившее доминирование команды США;
2. Становление официальной международной структуры управления баскетболом;

3. Проведение в Москве важного соревнования, ставшего вехой в истории отечественного баскетбола;
4. Начало международного признания советского баскетбола, участие в первенствах Европы;
5. Возникновение игры как учебного метода в США в 1891 году;
6. Принятие новых правил, сближающих советскую игру с международной;
7. Первый чемпионат Европы среди мужчин;

Определите пары соответствующих элементов и внесите в таблицу:

А	Б	В	Г	Д

2. Комбинированное задание с выбором одного правильного ответа и объяснением

Прочитайте текст, выберите правильный вариант ответа и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа.

Баскетбол за более чем столетнюю историю превратился из простой игры с мячом в массовый международный вид спорта с миллионами участников. Какие из утверждений наиболее полно отражает сущность баскетбола как игры и спортивного явления?

1. Командная игра с мячом, где спортсмены развивают скоростные и прыгательные качества.
2. Соревновательная игра, в которой команды стараются набрать больше очков, забрасывая мяч в корзину руками.
3. Физкультурное упражнение с мячом, способствующее общему развитию координации и ловкости.
4. Игра, зародившаяся в США и ставшая популярной во всем мире благодаря работе Джеймса Нейсмита.
5. Популярное спортивное шоу с элементами зрелищности и командного взаимодействия.

Ответ: _____

Аргументация: _____

3. Задание комбинированного типа с выбором одного правильного ответа и объяснением

Прочитайте текст, выберите правильный вариант ответа и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа.

Современный баскетбол — это динамичная и насыщенная соревновательная деятельность, требующая от спортсменов высокого уровня физической, технической и психической готовности. Какое из нижеприведённых утверждений наиболее полно отражает особенности баскетбола как вида спорта?

1. Игра с мячом, в которой команды соревнуются в точности бросков и умении вести мяч.
2. Командный вид спорта, в котором каждый игрок должен владеть мячом и точно бросать по кольцу.
3. Зрелищная игра с мячом, в которой важна индивидуальная техника и бросковая подготовка.
4. Командная спортивная игра с высокой плотностью физических и интеллектуальных нагрузок, требующая универсальности, чувства времени и способности к быстрому принятию решений.
5. Соревнование на точность и координацию, где основную роль играет центровой игрок команды.

Ответ: _____

Аргументация: _____

4. Задание комбинированного типа с выбором нескольких правильных ответов и объяснением

Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа.

Баскетбол предъявляет к спортсменам высокие требования не только к физическим, но и к психофизиологическим и сенсомоторным качествам. Какие из перечисленных ниже характеристик в наибольшей степени соответствуют требованиям, предъявляемым к игроку в баскетболе?

1. Быстрое принятие решений в условиях игры;
2. Высокая мышечная масса и медленные движения;
3. Координация, чувство времени и восприятие пространства;
4. Монотонные действия с мячом на месте;
5. Умение взаимодействовать с партнёрами по команде;
6. Универсальность, выносливость, способность к импровизации;
7. Индивидуальные силовые действия в статике.

Ответ: _____

Аргументация: _____

5. Задание комбинированного типа, предполагающее выбор нескольких ответов из предложенных с объяснением

Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответа и запишите аргументы, обосновывающие выбор (инструкция).

Классификация техники игры в баскетболе строится на нескольких ключевых признаках. Какие из следующих положений наиболее точно отражают принципы классификации технических приёмов в баскетболе?

1. Один и тот же технический приём может иметь разные способы и условия выполнения;
2. Приёмы классифицируются только по степени сложности и результативности;
3. В технике нападения различают владение мячом и передвижение;
4. Техника защиты включает только индивидуальные действия без мяча;
5. Классификация учитывает, как назначение приёма, так и структуру движения;
6. Способы выполнения бросков не входят в общую классификацию, так как они уникальны;
7. Условиями выполнения приёма может быть, например, положение тела, дистанция и тип остановки.

Ответ: _____

Аргументация: _____

Краткие методические указания

Задание закрытого типа на установление соответствия:

1. Внимательно прочитать текст задания и понять, что в качестве ответа ожидаются пары элементов.

2. Внимательно прочитать оба списка: список 1 — вопросы, утверждения, факты, понятия и т.д.; список 2 — утверждения, свойства объектов и т.д.

3. Сопоставить элементы списка 1 с элементами списка 2, сформировать пары элементов.

4. Записать попарно буквы и цифры (в зависимости от задания) вариантов ответа (например, А1 или Б4)

Задание закрытого типа на установление последовательности:

1. Внимательно прочитать текст задания и понять, что в качестве ответа ожидается последовательность элементов.

2. Внимательно прочитать предложенные варианты ответа.

3. Построить верную последовательность из предложенных элементов.

4. Записать буквы/цифры (в зависимости от задания) вариантов ответа в нужной последовательности без пробелов и знаков препинания (например, БВА или 135)

Задание комбинированного типа с выбором одного верного ответа из четырех предложенных и обоснованием выбора:

1. Внимательно прочитать текст задания и понять, что в качестве ответа ожидается только

один из предложенных вариантов.

2. Внимательно прочитать предложенные варианты ответа.

3. Выбрать один ответ, наиболее верный.

4. Записать только номер (или букву) выбранного варианта ответа.

5. Записать аргументы, обосновывающие выбор ответа

Задание комбинированного типа с выбором нескольких вариантов ответа из предложенных и развернутым обоснованием выбора:

1. Внимательно прочитать текст задания и понять, что в качестве ответа ожидается несколько из предложенных вариантов.

2. Внимательно прочитать предложенные варианты ответа.

3. Выбрать несколько верных вариантов ответов (2 или 3).

4. Записать последовательно номера (или буквы) выбранных вариантов без пробелов и знаков препинания (например, 135).

5. Записать аргументы, обосновывающие выбор каждого из ответов

Задание открытого типа с развернутым ответом:

1. Внимательно прочитать текст задания и понять суть вопроса.

2. Продумать логику и полноту ответа.

3. Записать ответ, используя четкие компактные формулировки.

4. В случае расчетной задачи записать решение и ответ

Шкала оценки

Шкала оценки выполнения тестового задания комбинированного типа

Время выполнения работы: 45-50 минут

Оценка	Баллы	Описание
5	15–20	92-100% правильных ответов
4	10–14	81-91% правильных ответов
3	5-9	65-80% правильных ответов
2	0-4	менее 64% правильных ответов

Шкала оценки выполнения тестового задания закрытого типа

Время выполнения работы: 50-60 минут

Оценка	Баллы	Описание
5	15-20	92-100% правильных ответов
4	10-14	81-91% правильных ответов
3	5-9	65-80% правильных ответов
2	0-4	менее 64% правильных ответов

Шкала оценки выполнения тестового задания открытого типа и ответов на вопросы собеседования

Оценка	Баллы	Описание
5	15–20	Студент демонстрирует отчетливое и свободное владение концептуально-понятийным аппаратом, научным языком и терминологией соответствующей научной области. Знание основной литературы и знакомство с дополнительно рекомендованной литературой. Логически корректное и убедительное изложение ответа.
4	10–14	Студент демонстрирует знание узловых проблем программы и основного содержания лекционного курса; умение пользоваться концептуально-понятийным аппаратом в процессе анализа основных проблем в рамках данной темы; знание важнейших работ из списка рекомендованной литературы. В целом логически корректное, но не всегда точное и аргументированное изложение ответа.
3	5–9	Студент демонстрирует фрагментарные, поверхностные знания важнейших разделов программы и содержания лекционного курса; затруднения с использованием научно-понятийного аппарата и терминологии учебной дисциплины; неполное знакомство с рекомендованной литературой.

2	0–4	Студент демонстрирует незнание, либо отрывочное представление о данной проблеме в рамках учебно-программного материала; неумение использовать понятийный аппарат; о тсутствие логической связи в ответе.
---	-----	--

5.3 зачёт в форме теста

Тестовые задания для промежуточной аттестации:

1. Когда была создана международная федерация баскетбола (ФИБА)?

- 1904
- 1928
- 1932
- 1947

2. Кто придумал баскетбол, как игру?

- Джеймс Нейсмит
- Пьер де Кубертен
- Хольгер Нильсен
- Уильям Дж.Морган

3. В какой стране изобрели баскетбол?

- Англия
- Бразилия
- Испания
- США

4. Как начинается игра в баскетбол?

- Вбрасыванием из-за лицевой линии
- Вбрасыванием из-за боковой линии напротив линии штрафного броска
- Вбрасыванием от середины боковой линии
- Спорным броском в центральном круге

5. Что означает слово «баскетбол»?

- «Баск (житель баскских земель в Испании) +мяч»
- «Бакс (доллар)+мяч»
- «Бас (мужской голос) +мяч»
- «Корзина+мяч»

6. Какие размеры баскетбольной площадки?

- 18×9м
- 23,77×10,97м
- 28×15м
- 40×20м

7. В каком году появился баскетбол?

- 1846
- 1890
- 1891
- 1895

8. Какая минимальная высота потолка должна быть над баскетбольной площадкой?

- 5м
- 6м
- 7м
- 8м

9. Какие цвета щитов разрешены?

- Белый и чёрный
- Белый и прозрачный
- Жёлтый и прозрачный
- Белый и жёлтый

10. Какой цвет линий разрешено использовать при разметке непрозрачного щита?

- Белый
- Чёрный
- Жёлтый
- Оранжевый

11. Какой цвет линий разрешено использовать при разметке прозрачного щита?

- Чёрный
- Белый
- Жёлтый
- Оранжевый

12. Сколько судей на площадке должно работать во время матча?

- 1
- 2
- 3
- 4

13. Если травмированного игрока не меняют, а оказывают ему медицинскую помощь, то:

- ему записывается персональный фол
- его команде записывается использование 1-минутного перерыва
- команде-сопернику записывается 1 очко
- команда-соперник получает право на 1 штрафной бросок.

14. Кто вместо травмированного игрока получает право выполнить штрафные броски?

- Любой игрок-партнёр травмированного.
- Капитан команды.
- Игрок, заменивший травмированного.
- Штрафные броски заменяются вбрасыванием из-за боковой линии.

15. Из скольких 10-минутных периодов состоит матч?

- 2
- 3
- 4
- 6

16. Как классифицировать попадание мяча в любую часть тела судьи?

- Выход мяча за боковую линию.
- Выход мяча за лицевую линию.
- Спорный мяч.
- Как попадание мяча в пол в то место, где стоит судья.

17. Какое решение должен принять судья, если мяч застрял на опоре кольца?

- спорный мяч.
- вбрасывание той команды, чей игрок последним касался мяча.
- вбрасывание той команды, на чьём щите застрял мяч.
- вбрасывание той команды, для которой щит с застрявшим мячом является чужим.

18. Какой цены заброшенного мяча не существует?

- 1 очко
- 2 очка
- 3 очка
- 4 очка.

19. Какое решение должен принять судья, если игрок неумышленно забросит мяч в своё кольцо?

- Засчитает очки сопернику.

- Назначит спорный.
- Назначит вбрасывание в пользу соперника.
- Назначит штрафной бросок в пользу соперника.

20. Какое максимальное суммарное количество затребованных 1-минутных перерывов разрешено одной команде за четыре 10-минутных периода?

- 4
- 5
- 6
- 8

21. Какой счёт фиксируется в матче, когда одна команда проигрывает лишением права (техническое поражение)?

- 1:0
- 10:0
- 15:0
- 20:0

22. Какой счёт фиксируется в матче, если он прекращается из-за нехватки игроков у выигрывающей команды?

- Остаётся такой, как на момент прекращения игры.
- Поражение команды с «нехваткой игроков» 0:1.
- Поражение команды с «нехваткой игроков» 0:2.
- Поражение команды с «нехваткой игроков» 0:20.

23. Какой счёт фиксируется в матче, если он прекращается из-за нехватки игроков у проигрывающей команды?

- Остаётся такой, как на момент прекращения игры.
- Поражение команды с «нехваткой игроков» 0:1.
- Поражение команды с «нехваткой игроков» 0:2.
- Поражение команды с «нехваткой игроков» 0:20.

24. Какое решение должен принять арбитр, если мяч касается обратной стороны щита?

- Назначить штрафной бросок в кольцо той команды, от игрока которой мяч коснулся в обратную сторону щита.
- Назначить вбрасывание против команды, от игрока которой мяч коснулся в обратную сторону щита.
- Назначить вбрасывание против той команды, в чей щит попал мяч.
- Назначить спорный мяч.

25. Какое решение должен принять судья, если игрок обороняющейся команды совершает помеху мячу (касается рукой щита или корзины) после выполненного соперником броска?

- Присудить фол провинившемуся игроку и вбрасывание из-за боковой линии в пользу пострадавшей команды.
- Присудить штрафные броски в пользу пострадавшей команды.
- Присудить фол провинившемуся игроку и назначить штрафные броски в пользу пострадавшей команды.
- Засчитать попадание мяча в кольцо.

26. Какая нога считается опорной, если игрок поймал мяч, касаясь пола обеими ногами?

- Нога, что ближе к мячу.
- Нога, которая более согнута.
- Нога, которая более выпрямлена.
- Любая нога.

27. Какое действие игрока с мячом в руках не является нарушением?

- Скольжение.

- Перекатывание.
- Попытка подняться.
- Ведение после приземления на обе ноги.

28. Каким жестом судья демонстрирует удачный трёхочковый бросок?

- Тремя пальцами одной руки.
- Двумя пальцами одной руки+одним пальцем второй руки
- Тремя пальцами одной руки+тремя пальцами другой руки
- Двумя пальцами одной руки+двумя пальцами другой руки.

29. Какой термин (определение) не существует?

- Мёртвый мяч.
- Живой мяч.
- Вне игры.
- Штрафной бросок.

30. Какое время ограничения не применяется?

- 3 секунды
- 5 секунд
- 8 секунд.
- 10 секунд.

31. Каким временем ограничивается команда для перевода мяча из тыловой зоны в передовую?

- 3 секунды
- 5 секунд
- 8 секунд
- 24 секунды

32. Сколько времени дается игроку на вбрасывание мяча?

- 5 секунд
- 3 секунды
- 7 секунд

33. Сколько штрафных бросков в одной серии не присуждается?

- 1
- 2
- 3
- 4

34. Что должен назначить судья при обоюдном фоле?

- Штрафные броски в корзины обеих команд + фолы игрокам обеих команд.
- Спорный мяч + фолы игрокам обеих команд.
- Спорный мяч.
- Штрафные броски в корзины обеих команд.

35. Какое наказание неправильно назначено?

- Удаление игрока за 5 персональных фолов.
- Удаление игрока за 3 технических фолы.
- Удаление игрока за 2 неспортивных фолы.
- Удаление игрока за 1 дисквалифицирующий фол.

36. Сколько шагов можно делать после ведения мяча?

- 3
- 2
- 4

Краткие методические указания

Задание (тест) с выбором одного верного ответа из четырех предложенных и обоснованием выбора:

1. Внимательно прочитать текст задания и понять, что в качестве ответа ожидается только

один из предложенных вариантов.

2. Внимательно прочитать предложенные варианты ответа.
3. Выбрать один ответ, наиболее верный.
4. Записать только номер (или букву) выбранного варианта ответа.
5. Записать аргументы, обосновывающие выбор ответа

Шкала оценки

Время выполнения работы: 50-60 минут

Оценка	Баллы	Описание
5	15-20	92-100% правильных ответов
4	10-14	81-91% правильных ответов
3	5-9	65-80% правильных ответов
2	0-4	менее 64% правильных ответов

5.4 Экзаменационные вопросы

Примерные вопросы для экзамена:

1. Сущность игры и краткие сведения о её развитии.
2. Характеристика игры в баскетбол.
3. Классификация техники игры.
4. Основные способы передвижения в нападении.
5. Техника владения мячом. Классификация приемов техники ловли и способов передачи мяча.
6. Техника владения мячом. Классификация приемов техники ведения и бросков мяча в корзину.
7. Основные способы передвижения в защите. Приемы противодействия и овладения мячом.
8. Основы стратегии и тактики игры в баскетбол.
9. Обучение тактическим действиям в нападении.
10. Обучение тактическим действиям в защите.
11. Основные правила ведения протокола.
12. Способы проведения соревнований.
13. Методика обучения стойке баскетболиста.
14. Методика обучения технике передвижений.
15. Методика обучения технике остановки двумя шагами и прыжком.
16. Методика обучения технике поворотов без мяча и с мячом.
17. Методика обучения технике вырывания и выбивания мяча.
18. Методика обучения технике ведения мяча в высокой стойке с изменением скорости и направления движения.
19. Методика обучения технике поворотов без мяча и с мячом.
20. Методика обучения технике ловли и передачи мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте.
21. Методика обучения технике броска в движении одной рукой сверху после ведения мяча.

Краткие методические указания

Для того, чтоб успешно сдать экзамен по основным вопросам дисциплины (темы) студенту необходимо изучить материалы лекций, ознакомиться с содержанием рекомендуемой литературы, составить краткие тезисы по ключевым вопросам пройденных тем, составить план изложения предложенных для собеседования вопросов.

Сама процедура собеседования предполагает следующий алгоритм действий:

- студент выбирает билет, в котором два вопроса из предложенного выше списка;
- самостоятельно готовит устные ответы (письменный краткий план ответа – обязателен).

- по каждому вопросу составляет «живой» пример педагогическую ситуации, где бы решался ключевой аспект вопроса;
- после 20-25 мин подготовки проходит собеседование с преподавателем.

Шкала оценки

Оценка	Баллы	Описание
5	19–20	Студент демонстрирует всестороннее, систематическое и глубокое знание учебного материала, усвоил основную литературу и знаком с дополнительной литературой, рекомендованной программой, умеет свободно ориентироваться в теме занятия, свободно оперирует приобретенными знаниями, умениями, формирует свои идеи и концепции
4	16–18	Студент демонстрирует сформированность дисциплинарных компетенций: основные знания, умения освоены, но допускаются незначительные ошибки, неточности, затруднения при аналитических операциях, новые идеи не формирует.
3	13–15	Студент испытывает значительные затруднения при оперировании знаниями. В дискуссии неактивен.
2	9–12	Проявляется недостаточность знаний, умений, навыков.
1	0–8	Проявляется полное отсутствие знаний.

5.5 Пример разноуровневых задач и заданий

Пример выполнения практического задания

Тема: Освоение техники передвижений в нападении. Остановки (двумя шагами и прыжком)

Студент: _____

Группа: _____

Дата проведения: _____

1. Цель занятия: Сформировать умение выполнять остановку с мячом двумя шагами и прыжком, обеспечивая устойчивое положение для дальнейших атакующих действий, а также закрепить навыки их применения в различных игровых ситуациях.

2. Подготовительная часть:

Задачи	Содержание
1. Организация группы, сообщение темы	Построение, приветствие, постановка задач
1. Подготовка организма к нагрузке	Лёгкий бег с изменением направления
1. Разогрев мышц и суставов	ОРУ для ног, плечевого пояса
1. Специальная подготовка	Имитация шагов остановки, прыжки на месте, подскоки с мягким приземлением

3. Основная часть:

Этап	Содержание упражнений
1. Начальное разучивание	Показ и объяснение техники остановки двумя шагами (правой и левой ногой); показ техник и остановки прыжком; пробные выполнения без скорости
1. Углублённое разучивание	Остановка двумя шагами по ориентирам (после ходьбы, медленного бега, ускорения); остановка прыжком с приземлением в разных стойках; выполнение по звуковым и зрительным сигналам
1. Совершенствование	Чередование остановок в условиях выбора; эстафеты на точность и быстроту; игровые упражнения с передачей и броском

4. Заключительная часть:

Содержание
Заминка: лёгкий бег, упражнения на расслабление
Подведение итогов, анализ ошибок
Ответы на вопросы

5. Методические указания:

Рекомендации
Постепенно увеличивать скорость выполнения
Контролировать исходное положение

Рекомендации
Использовать разнообразные сигналы
Следить за амортизацией при приземлении

Краткие методические указания

Для того, чтобы успешно провести практическое задание студенту необходимо получить тему занятия у преподавателя, сформулировать цель проведения занятия (формирование практических умений и навыков).

Подготовительная часть: указать задачи и определить их содержания (ОРУ, специальные упражнения с мячом).

Основная часть состоит из трех этапов, в каждом этапе необходимо описать содержание упражнений.

Начальное разучивание – показ, объяснение, простые упражнения.

Углублённое разучивание – упражнения в движении, работа в парах.

Совершенствование – игровые задания, применение в учебной игре.

Заключительная часть: заминка (упражнения на расслабление и дыхание), подведение итогов, разбор ошибок.

Определить методические указания. Запишите рекомендации по организации занятия: от простого к сложному, показ и объяснение, контроль безопасности, исправление ошибок.

Шкала оценки

Оценка	Баллы	Описание
5	15–20	Цели, задачи и содержание занятия сформулированы чётко; методические указания обоснованы. Выполнение техники соответствует требованиям, движения точные и уверенные; студент демонстрирует умение применять элемент в игровых ситуациях; ошибок практически нет.
4	10–14	Возможны отдельные неточности в формулировках целей, задач или методических указаний. Техника выполнения в основном правильная, но допускаются 1–2 ошибки; движения устойчивые, но не всегда точные; элемент в игровой ситуации используется с небольшими погрешностями.
3	5–9	Встречаются ошибки в формулировках задач или структуры занятия. Техника выполнения нарушена, допускаются систематические ошибки; движения недостаточно устойчивы или слабо контролируются; применение в игровых заданиях затруднено.
2	0–4	Цели и задачи не отражены. Студент не овладел техникой, допускает грубые ошибки, которые снижают эффективность и безопасность; использование элемента в игровых условиях невозможно.